

さんみ苑だより！！

施設長あいさつ

私が通った大学では、1年生の夏休み中に、三群縦走という山歩きと遠泳の授業がありました。山群縦走は、JR 篠栗駅から西鉄太宰府駅までの約22kmの間にある山や谷を8時間程度歩き、遠泳では、海中のクラゲの大群に恐怖しながら、約3キロのコースを数時間かけて泳ぎました。いまでも鮮明に記憶に残っている“夏の思い出”です。コロナの再拡大のこの夏でも、こうした自然の中での活動はできるので、体調に無理のない範囲でやってみたいと思います。

テイサービス（高齢）

8月に入り、まだまだ厳しい日差しが照り付ける日々が続いています。熱中症に加え、新型コロナウイルスも第7波が押し寄せ、県内も感染が急拡大しています。

○自宅の過ごし方：エアコンを適切に使用し、快適な空間を作り、こまめな水分補給をしましょう。近距離で人と接触する場合は、できるだけマスクを着用しましょう。三密（密集・密接・密閉）を避ける生活を心がけましょう。

★7月の後半に、夏祭りレクリエーションを行いました。

輪投げとヨーヨーすくい盛りました！

おやつは、手作りのスイカゼリー🍉！少し涼を感じていただけたでしょうか…。



障がい者支援・グループホーム

7月10日（日）に萩市民館で開催された芸能の夕に出演しました。『まあるいいのち』の歌と『お嫁サンバ』を披露しました。

久しぶりのステージでの発表でしたが、練習の成果もあって、利用者みなさんは笑顔で発表を楽しむことができました。

8月は、苑内での夏祭りを企画しており、利用者みなさんと職員で、2022年の暑い夏を楽しみたいと思います。



高 齢 者 相 談 支 援

- 高齢福祉サービス（介護保険外）
 - ・リフト付きタクシー専用利用券



対 象 者：萩市内にお住いの原則要介護3以上の方で、常時車いすを利用している等、一般のタクシーでの移送が困難な方。

内 容：年間20,000円分のリフト付きタクシー専用利用券を交付します。
※年度後半(10月以降)申請分については半額の10,000円分となります。

そ の 他：※障がい者福祉タクシー券との二重交付は受けられません
※利用目的は、保険・医療機関への通院等に限りませ
※一般のタクシーには利用できません

厨 房

8月3日は「はちみつの日」です。一言ではちみつと言っても、蜜源となる植物によって、色や味が違ってきます。

レンゲ・・・日本を代表するはちみつです。癖がなく上品な甘みがあります。

アカシア・・・冬でも結晶化しにくく使いやすいです。

クローバー・・・結晶化しやすいですがフローラルな上品な味が特徴です。

みかんやレモン等・・・さわやかでフルーティな香りが特徴です。

はちみつの主成分は果糖とブドウ糖になりますのでエネルギー補給にぴったりです。いろいろなはちみつを食べ比べ自分好みのはちみつを探してみるのも楽しいですね。

編 集 後 記

皆様こんにちは※暑い日が続きますね。先月は大雨が続き九州の方では被害が多く出ていました。皆様の地域に被害はなかったでしょうか？萩市内でも珍しく短期的に大雨が降り、川が氾濫しそうになっていました。浸水するなど大きな被害がなく安心していますが、災害はいつどこで起こるか分からないため、災害に対する備えを今のうちからしておくとうちからして安心ですので、動けるうちに備えておきましょう。

今月もお読みいただきありがとうございます 在宅介護支援センターさんみ苑 高橋

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされているご家族の方の在宅生活を応援します。生活の中での悩みやお困りごとなど何でも構いません。

介護保険に関する問い合わせにも対応いたします。

お気軽にご相談ください！ ※個人情報(秘密)は厳守いたします。

住所

〒759-3721
萩市三見 3852 番地 1 (蔵本)

電話

2 7 - 5 0 0 0

高齢は杉本、松井、山根、高橋が障がい(入所、通所の相談)は、山下、倉兼、河部が対応いたします。